

La Imagen Y La Narrativa Como Herramientas Para El Abordaje Psicosocial En Escenarios De
Violencia. Departamento Cesar y Huila

Presentado Por:

Iliana Paola Pérez Paba – Cód. 36.677.875

Ruth Angélica Villamizar – Cód. 27894927

Angie Jimena Perdomo Martínez – Cód. 1.084.259.967

Sindy Johana Gómez Inchima – Cód. 1004209743

Sol Marina López González– Cód. 49670480

Grupo: 442006_71

Presentado A: Boris Geovanny Delgado

Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Diplomado De Profundización Acompañamiento Psicosocial En Escenarios De Violencia

Noviembre del 2018

Tabla de contenido

Resumen	3
Abstract	4
Relatos de Violencia y Esperanza. Análisis Narrativo del Caso	5
Relato 2. Angélica	5
preguntas circulares y estratégicas	11
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso comunidades de Cacarica ..	12
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.....	21
Link Blog.....	25
Conclusiones.....	25
Referencias Bibliográficas	28

Resumen

El siguiente documento evidencia la realización de la última fase del diplomado de profundización de acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, teniendo como referencia teórica las unidades propuestas en el diplomado, los cuales permiten potenciar los conocimientos y brindan herramientas para llevar a cabo en el campo de la psicología.

En este se aborda el relato de Angélica, el cual fue tomado del libro voces: Historias de violencia y esperanza en Colombia, donde se evidencia una mujer que fue protagonista de hechos violentos, sufriendo desplazamiento forzado, inestabilidad económica, angustia, miedos, ruptura de vínculos afectivos y duelo por seres queridos; pero a pesar de estas dificultades y retos aprendió a potenciar sus habilidades permitiéndole tener la capacidad de adaptarse a las necesidades del contexto logrando una estabilidad económica y emocional al lado de su familia.

Seguidamente se realiza una propuesta de atención psicosocial, para el caso de la comunidad de Cacarica, la cual vivencio el impacto de la violencia, dejando como resultado; pérdidas materiales, humanas. Problemas mentales, hipervigilancia, desplazamiento, y estigmatismo, que llevaron al planteamiento de estrategias enfocadas al afrontamiento, resiliencia y apoyo social, como mecanismos para fortalecer redes de apoyo, entre los miembros de la comunidad, contribuyendo en el empoderamiento de las personas para generar un cambio donde aflore las habilidades individuales y sociales.

Palabras claves: Violencia, Atención Psicosocial y Comunidad.

Abstract

The following document evidences the accomplishment of the last phase of the diploma of deepening of psychosocial accompaniment in scenarios of violence, having as theoretical reference the units proposed in the diploma, which allow to harness the knowledge and offer tools to carry out in the field of psychology.

This is the story of Angélica, which was taken from the book *Voices: Stories of Violence and Hope in Colombia*, which shows a woman who was the protagonist of violent acts, suffering forced displacement, economic instability, anguish, fears, breaking of emotional ties and mourning for loved ones, but despite these difficulties and challenges learned to enhance their skills allowing them to have the ability to adapt to the needs of the context achieving economic and emotional stability alongside their family.

Next, a proposal is made for psychosocial attention, for the case of the community of Cacarica, which lived the impact of the violence, leaving as a result; material, human losses. Mental problems, hypervigilance, displacement, and stigmatism, which led to the proposal of strategies focused on coping, resilience and social support, as mechanisms to strengthen support networks among community members, contributing to the empowerment of people to generate change where individual and social skills emerge.

Keywords: Violence, Psychosocial Care and Community.

Relatos de Violencia y Esperanza. Análisis Narrativo del Caso

Relato 2. Angélica

Fragmentos del relato de Angelica, tomado del libro voces; relatos de violencia y esperanza en Colombia.

Fragmento 1 *“Me tocó correr con ellas, acosando porque había mucha gente corriendo. Dejamos casa, gallinas, marranos: todo lo dejé por allá perdido. Eso fue muy triste. Yo me metí por un ranchito por ahí por el monte, y eso caían cosas encima de los techos” Banco mundial (2009) Pág. 11.* De acuerdo al relato se evidencia que la violencia no distingue momentos adecuados o inadecuados para impactar a las comunidades esta llega sin aviso, ocasionando sensación de miedo, angustia, terror, zozobra, preocupación entre otras, que viven los sobrevivientes, al empezar a mirar que todos los esfuerzos que había realizado en la vida iban quedando atrás, sin ningún tipo de remuneración, lamentablemente esta es la historia de muchas personas víctimas de la violencia, las cuales deben salir corriendo escasamente con lo que tienen puesto y lo que puedan llevar en las manos si les alcanza el tiempo para sacar de sus viviendas.

Fragmento 2: *“Me pegué de Dios y del Salmo 91, y no sé en qué momentico salí de esa balacera. Entonces salí corriendo para el monte con mis dos hijas, porque la tercera no había nacido”. Banco mundial (2009) Pág. 11.* El relato anterior permite evidenciar como las creencias religiosas que poseía Angélica, le permitieron tener un poco de tranquilidad y bajar los niveles de miedo y la ansiedad que sentía, facilitando que su mente ideara una manera de salir de aquella balacera, estas oraciones se convirtieron en la motivación para continuar y salvar sus vidas.

Fragmento 3: *“Me tocó inventarme una mentira y decirles que yo trabajaba ahí, que la señora de la casa no estaba” Banco mundial (2009) Pág. 11.* La capacidad de persuasión de

Angélica, al encontrarse frente al miedo, sacó su instinto de supervivencia e ideó una estrategia para que no las lastimaran, esta habilidad permitió que su mente se tranquilizara facilitando ver con claridad lo que estaba pasando y el riesgo que corría su vida, si actuaban de manera correcta y rápida.

Fragmento 4 “Dejé a mis hijas allá con una tía y me fui para Cali. Cuando llegué me tocó dormir ocho días en el piso, con ese frío, y yo lloraba mucho. Una señora me consiguió trabajo como interna, lo que me sirvió para enviarles plata a mis hijas cada mes” Banco mundial (2009) Pág. 11. las diferentes experiencias de la vida llevan a fortalecer a las personas y esta situación ayudó a Angelica, a salir de su zona de confort retándola a ser una mujer fuerte, decidida a luchar por sus seres queridos, a pesar de que pasó necesidades básicas, fue discriminada y rechazada por su color de piel, siguió tocando puertas hasta lograr la meta de ayudar a sus hijas a pesar de la distancia.

Fragmento 5: Angélica expresa “Uno no consigue en Cali lo que yo conseguía en mi tierra: eso era siembre, arranque y coma. Ahora estoy luchando por el subsidio de vivienda. Con la carta de desplazada que da la Red me atienden en varios hospitales” Banco mundial (2009) Pág. 11. Estas palabras reflejan, como las personas que viven en las zonas dispersas y rurales, tienen la fortuna de manejar sus tierras y sembrar aquello que necesitan para la alimentación, y de un momento para otro, a causa de la violencia, aquello que tenían a solo unos pasos se ha convertido en kilómetros, de esfuerzo y trabajo para conseguirlo.

Por último, el fragmento 6: expresa lo siguiente *“En ese tiempo la gente discriminaba mucho por el color y me cerraba las puertas cuando decía que era desplazada”, Banco mundial (2009) Pág. 11.* Estas palabras de Angélica evidencian la doble re-victimización que sufre, la revictimización ya pasó por la situación de ser victimizada en varios momentos de la vida, pues

no solamente es blanco de una violencia sistemática que parte desde el asesinato de su esposo, el desarraigo de lo que creyó suyo, sino que fue objeto de discriminación por ser afro-descendiente y por llevar a costas el rotulo de desplazada. Es evidente que la crueldad de los hechos victimizantes por los que tuvo que pasar Angélica y sus hijas marcaron los cimientos de los traumas significativos y recurrentes de su tejido social, conllevando una herida emocional, una ruptura en la vida de la persona, un antes y un después.

Impactos psicosociales que se reconocen en la protagonista de la historia relatada.

Los impactos psicosociales que se logran evidenciar según el relato de la señora Angélica son los siguientes.

- **La desintegración familiar y ruptura de vínculos afectivos**, cuando la madre de familia se tiene que desplazar hasta ciudad de Cali, para emerger de nuevo y proyectarse una nueva vida, tuvo que dejar a sus hijas para trabajar, esto causo un sufrimiento en los miembros de la familia por estar alejados unos de otros, dañando seriamente las redes de apoyo para afrontar aquella experiencia traumática así como lo afirma Aguilar M, (2016), las redes de apoyo pueden ser el puente que permite llegar a las personas que no están al alcance de los profesionales, de allí la importancia de identificarlas y fortalecerlas, para que se conviertan en el sostén de una personas o individuo facilitando salir más rápido de la situación de dolor en la que se ven sumergidos a causa de los flagelos que atentan contra la integridad de las comunidades y los individuos.
- **Falta de inclusión social**: Cuando Angélica, se desplazó hacia la ciudad de Cali, no fue fácil, ya que tuvo que empezar a buscar trabajo y debido a su color de piel, fue discriminada y etiquetada como desplazada, situación que dificulto la adquisición de la actividad laboral, y retraso la estabilidad económica, impactando de alguna manera en su autoestima.

- **Apego a lo material:** La familia tuvo que dejar todas sus cosas abandonadas, con tal de garantizar la vida de cada uno de ellos, llenándolas de tristeza ya que, al llegar a Cali, Angélica debió dormir en el piso y pasar necesidades que en su casa no pasaba. De acuerdo con la vivencia anterior, se observa la necesidad de un cambio de vida de manera forzada, ya que lo que simplemente conseguía con sembrar y arrancar, pasó a ser de trabajar, economizar y comprar para poder ser consumido y lograr garantizar las necesidades básicas, la necesidad de intervenir este factor, permitirá empezar a aceptar que aquello que tenían ya no está, pero cuentan con la vida y la salud, para empezar a conseguirlas de nuevo.

- **Falta de apoyo psicosocial:** La familia de Angélica, no recibió ningún apoyo por parte de la ciudad a donde llegó a buscar nuevas oportunidades de vida, situación que puede desencadenar múltiples factores que afecten su desarrollo normal de la vida a nivel emocional, contribuyendo a posibles trastornos debido a la evidencia de hechos violentos, según el doctor Sanchez (2014), en su video de trauma, resalta la importancia de realizar acompañamiento adecuados a las víctimas de cualquier tipo de conflicto, ya que los traumas que se pueden desarrollar van a afectar a la personas de manera permanente, destaca también que se deben resaltar los hechos positivos del actuar de la víctima, con el fin de destacar que son “sobrevivientes” de aquella situación difícil y no desarrollar el sentimiento de culpa, por no haber actuado de determinada manera.

Voces encontradas que revelen un posicionamiento subjetivo desde el lugar de víctima o sobreviviente

Desde el lugar de “víctima” se evidencian voces desde la subjetividad en Angélica cuando expresa: *“Al padre de mis hijas lo asesinaron en esa época” como también menciona “llegaron los paras y me preguntaron qué hacía ahí. Yo pensaba que nos iban a matar” Banco mundial (2009) Pág. 11*, estas afirmaciones como dejan claramente expuesto que el sentido de

elaboración personal del proceso traumático es deficiente, asumiéndose como única postura la de “víctima”, llegándose a creer que no hay alternativas por desarrollar y que la situación oscura en la que se encuentran es definitiva.

Y desde el lugar de “Sobreviviente” cuando Angélica expresa: que sintió miedo, se puso de Dios, y rezar el salmo 91, y no se dio cuenta a qué horas salió de la balacera que había en ese momento de igual manera menciona que cuando llegó a Cali, empezó a trabajar aprendiendo a cocinar los alimentos típicos de la ciudad, ella manifiesta que fue algo que nunca se imaginó hacer. Esta evaluación personal que realiza la protagonista permite tener como referencia a Jimeno (2007), al manifiesta que la subjetividad es la conformación realizada a través de un proceso social, proyectado hacia afuera de sí mismo, lo cual se refleja en el relato, ya que la evocación de los diferentes pensamientos, percepciones y sentimientos de aquellas situaciones llevaron a que Angélica lo expresara de acuerdo con las construcción y creencia que tuvo en su momento, también menciono *“Mi plan de la vivienda es para tener toda la familia en la casa”* Como también *“Además, quiero tener un negocio de abarrotes o un restaurante. Quiero seguir trabajando, luchando en Cali a ver qué pasa”* Banco mundial (2009) Pág. 11. A partir de estas afirmaciones la protagonista de la historia asume una posición de empoderamiento, posiblemente fundamentada en los conocimientos y en las prácticas de vida desarrolladas en su relación con otros, a partir de estos pensamientos esperanzadores se identifica un sentido positivo de agencia personal y un “sentido de mí mismo” unificarte que robustecen estas voces.

Significados alternos, que se reconocen en el relato, respecto imágenes dominantes de la violencia y sus impactos naturalizados.

Teniendo en cuenta el relato de la sobreviviente Angélica, logra evidenciar cierta tranquilidad al momento de narrar los hechos por los cuales paso, durante el día que llegaron los paramilitares

a su pueblo, da a entender que estas tomas de los grupos armados ya se habían presentado varias veces, por otro lado Angélica al momento de narrar sobre la muerte de su esposo, no da mucha información sobre los hechos que acontecieron, reflejando que este hecho de violencia está siendo aceptado, y por algunos miembros de la comunidad normalizado justificado como una consecuencia del enfrentamiento, Según Contreras R. (2016), manifiesta que los seres humanos, han ido normalizando todos aquellos hechos violentos, justificándolos con situaciones de culpabilidad, y cada día es normal evidenciarlos y no hacer nada para cambiarlo, este autor también respalda que *“la violencia se ha vuelto común, y lo común con el transcurso del tiempo pasa a ser correcto”*. Contreras (2016)

Apartes que revelen una emancipación discursiva frente a las imágenes de horror de la violencia

Se logra evidenciar el deseo por salir adelante por sus hijas, por ellas decide irse para Cali, a buscar una mejor estabilidad económica para poder tener unida a su familia; Por otro lado, cuando manifiesta lo siguiente *“Aprendí a hacer las comidas que hacen en Cali” Banco mundial (2009) Pág. 11*. Su deseo de ajustarse a las necesidades de la ciudad donde se encontraba, de recurrir a sus habilidades para la cocina, la llevaron a consolidarse y proyectarse para buscar iniciar un trabajo como independiente de abarrotes y restaurante y poder tener a las hijas con ellas, garantizando las necesidades básicas de sus seres queridos.

Durante el relato de Angélica, se destaca las proyecciones que tiene, ya que todos sus planes están enfocados en mejorar la calidad de vida, y la experiencia negativa por la que paso la ha transformado en fortaleza para continuar adelante, presentando un buen proceso de resilientes.

preguntas circulares y estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación
Estratégicas	¿Conoce sus derechos como víctima de violencia?	Conocer derechos con los que se cuenta como víctima del conflicto armado en Colombia suscita un gran paso para la seguridad, el empleo y a superación de la pobreza, a su vez porque Colombia cuenta con una ley de atención a Víctimas y Restitución de Tierras donde “pasa a ser un marco fundamental que permite consolidar una sociedad democrática, ya que permite entre otros aspectos, determinar y visionar los derechos de las víctimas; contribuyendo a una atención diferenciada de acuerdo a las víctimas” (Colombia, 2012, p.36).
	¿De qué manera cambio su forma de vivir y en que la afectó la muerte de su esposo?	El empezar a evidenciar como ha pasado por situaciones similares o igual de trágicas que las que está viviendo, y por el amor hacia la motivación que son sus hijas, puede encontrarle sentido a seguir luchando por salir adelante.
	¿Conoce usted cuáles son las medidas de asistencia a las que tiene derecho como víctima?	Es importante que como víctima la persona conozca cuáles son sus derechos, que la persona pueda identificar las entidades e instituciones a las que puede acercarse para recibir la atención debida.
Circular	¿Reconoce en usted y su familia maneras en las que sigan siendo afectadas por los sucesos violentos vividos?	A fin de reconocer no solo el sentimiento psíquico, sino el del entorno, con el fin de abrir espacios para la realidad, permite reconocer vínculos afectivos entre Angélica y sus hijas.
	¿Cree usted que además de la violencia vivida por causa del conflicto armado en Colombia? ¿Hubo otras situaciones de violencia que la afectaron a usted y a su familia?	El lograr evidenciar otro tipo de violencia que afecta a las personas permitirá, tener otro factor que puede estar obstruyendo el proceso de resiliencia.
	¿Quién cree usted que de sus hijas es la más afectada por el hecho violento vivido?	Es pertinente identificar que el proceso para cada miembro de la familia es diferente, y requiere de un enfoque diferencial para lograr verdaderos resultados.
Reflexiva	¿Siente deseos de venganza, consecuencia de los hechos vividos?	Que permita indagar sobre la implementación de estrategias de memoria, con miras a la reconstrucción de la víctima, como una apertura a construir sueños y

		pensar en futuro, mirando hacia el pasado para reconstruir sueños distintos.
	¿Qué habilidades has descubierto en ti a través del proceso vivido que antes no había determinado?	El proyectar en la mente de las personas aspectos positivos de la situación les permitirá salir de la camisa de víctima, permitiéndole proyectarse de manera positiva.
	¿Cómo se proyecta usted y su familia dentro de 3 años cuando ya hayan logrado vencer esta situación de miedo a repetir el mismo desplazamiento?	Considerar las miradas futuras que reconoce de su familia, capacidades de resiliencia y empatía con los otros, el pensar ya lo superes, ya pasé por ese dolor tan grande, contribuirá en la percepción de superación y que por más difíciles que sean las cosas hay una salida y un tiempo para todo.

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso comunidades de Cacarica

En el caso de los pobladores de Cacarica ¿qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

La comunidad de Cacarica, luego de presenciar la masacre de familiares, vecinos y amigos; se constituye en el principal causante de condiciones sociales precarias, necesidades socioeconómicas, desempleo, deserción escolar, abandono, duelo, inseguridad, incertidumbre, hambre y hacinamiento. El quebrantamiento y la afectación moral, civil, social, económica y cultural de las comunidades como Cacarica víctimas de la materialización de la guerra se constituyen sin lugar a duda como factor determinante en la inestabilidad psíquica de sus habitantes, La sensación de creerse prácticamente ejecutado o muerto debido al desplazamiento provocado por la guerra, logra traumatismos a nivel personal, familiar y local que en muchos de

los casos ha llegado a desquiciar a las víctimas. Dando posibilidades a la presencia de trastornos resultado de los hechos violentos que asume una colectividad, trayendo a consideración el concepto de subjetividad colectiva que como afirma: Fabris (2011) “lo anterior permite evidenciar los denominadores iguales de la estructuración psíquica y los comportamientos de los individuos de un grupo social”. (P.27), por consiguiente, surge además un cambio del sistema de valores de los sobrevivientes como una causa de la violencia colectiva. Las costumbres y las creencias son destruidas y reemplazadas por innovadoras ideas alrededor de un mundo demolido por la tortura y la violencia. Como la violencia a la que sobrevivieron ha destruido su antigua forma de pensar y comportarse, muchos miran detrás de la cortina de lo que fue su vida normal y encuentran algo nuevo. El sobreviviente a este tipo de situaciones puede experimentar algunos síntomas que indican rupturas psicosociales y que generan disminución en las habilidades funcionales de los individuos, como por ejemplo la incapacidad de alcanzar el mismo nivel de competencia en sus trabajos, detrimento de la memoria y por consiguiente la capacidad de aprender cosas nuevas que les permitan adaptarse a las nuevas exigencias del entorno, dificultad en el establecimiento de las relaciones sociales y las fracturas en las redes de apoyo; Al tener que desplazarse hacia otros lugares no cuentan con las mismas ventajas de su entorno, de igual manera las pérdidas de personas allegadas, fracturaron las redes de apoyo, causando desintegración familiar, y aislamiento, por lo tanto se hace necesario desde la parte psicosocial reforzar o de ser necesario ayudar a crear estas redes, para contribuir en el proceso de empoderamiento.

Finalmente; este tipo de factores Emergentes psicosociales son entendidos como “situaciones y procesos que teniendo lugar en la vida cotidiana facilita extender el análisis desde el estilo inmediato de los sujetos hacia la interpretación de las facciones estructurales de una

dimensión psicosocial en este caso latentes después de vivenciar estos actos violentos” (Fabris, 2011)

¿Qué impactos genera para la población ser estigmatizada como cómplice de un actor armado?

Al presentarse esta estigmatización donde la comunidad del Cacarica es acusada de ser cómplices de ciertos grupos armados, genera un miedo colectivo, arraigado al sentir, creando sentimientos de desconfianza que va afectando la propia identidad, afecta el estigma, por lo que creían válido, afectando la autoestima, autoimagen, dañando el esquema ético que se ha venido creando desde la infancia. Según Rodríguez I. (2010), Periodista del portal verdad abierta, manifiesta que estos estigmas de catalogar a pueblos o comunidades de determinada inclinación hacia grupos armados o al ejército, ha sido utilizado como una excusa sin fundamentos para acabar con las comunidades asesinarlas, torturarlas e imponer su poder y dominio, en otras palabras para justificar las masacres, la definición que tiene la periodista es el concepto que han normalizado las comunidades, por tal razón cuando el pueblo de cacarica, presenciaron la acusación, sintieron temor, la desesperación y la angustia de tener cerca muerte.

Por otro lado, según (Pelechano, 2007; Tedeschi y Calhoun, 2004), citado por Echeburúa (2007), destacan que es importante que las personas que han sido víctimas puedan completar sus vidas, con un nuevo significado o potenciar emociones positivas que les permita sobrellevar situaciones muy estresantes, pero también puede presentarse el caso de personas que por el contrario se dejan llenar de emociones negativas sobrepasando a los individuos e impidiendo hacer frente a la situación.

Proponer dos acciones de apoyo en la situación de crisis generada por la tortura y el asesinato de miembros y líderes de la comunidad.

Teniendo en cuenta la situación de violencia y las consecuencias traumáticas sufridas por la población de Cacarica se hace necesario realizar una intervención en crisis donde las acciones de apoyo poblacional se orienten hacia las víctimas brindando apoyo psicológico.

Primera acción: Restablecimiento de los derechos vulnerados para esto se cuenta con el apoyo de SNARIV sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a las Víctimas, el cual entre otros tiene como objeto reúne los esfuerzos públicos y privados para la apropiada atención integral y garantizar los derechos humanos, avalando la no repetición de los hechos de violencia que marcaron a los miembros de dicha comunidad.

Segunda Acción: Realizar trabajos comunitarios de participación activa en zonas de difícil acceso, desarrollando programas de educación que permitan el acercamiento de las partes en conflicto y la reestructuración integral de los habitantes de dichas regiones propiciando espacios en el cual se quieren establecer garantías frente al trabajo realizado en donde se acompaña y educa con el objetivo de que la gestión hecha sea conforme a las necesidades propias de la comunidad y permita verdaderos cambios importantes que lleven a la emancipación de las personas que vivieron esta situación, permitiendo evidenciar las fortalezas y habilidades que poseen, para establecer punto de partida, esta participación facilita abrir las puertas para iniciar con su procesos de resiliencia,. así como lo menciona el doctor Sánchez (2014) en su video, menciona la resiliencia como la capacidad de superar situaciones traumáticas, es la habilidad de sobreponerse a aquellos hechos que marcaron su vida, convirtiéndolos en superviviente, en esta acción también se destaca realizar un proceso de acompañamiento que no re victimicen a las

personas, por lo tanto todas aquellas participaciones que se realicen deben enfocarse hacia todo lo positivo que se logró, y dejar de un lado aquello que se pudo haber hecho.

Estrategias psicosociales para los pobladores de Cacarica.

Al pasar por hechos de violencia que marcan la vida de muchas personas, ponen una barrera que impide el proceso normal de la vida que tenían, es importante como lo menciona el doctor Sánchez (2014), en su video, de resiliencia, realizar un proceso de acompañamiento que les permita a cada uno de ellos desarrollar habilidades y estrategias que sirvan como trampolín para continuar con su vida convirtiendo los aspectos negativos en escalera que si bien marcaron su vida, sirva como un camino para mejorar algunas condiciones y genere un cambio en su desarrollo emocional, cognitivo y social; contribuyendo en la construcción y reestructuración de la identidad social; Para esto se hace necesario realizar los siguientes procesos con la comunidad de Cacarica.

- **Estrategia 1.** Me fortalezco

Objetivo: Crear espacios enriquecedores, que les permita a las personas, fortalecer su yo interior, para enfrentar las adversidades y sufrimientos de los impactos generados por situaciones negativas.

Fase de Inicio. Se recibirá a todos los presentes de manera calurosa, resaltando la importancia de su asistencia a las actividades realizadas, seguidamente se les pedirá que se sienten en algunos de los cojines que se tendrán en el piso de la forma más cómoda que les parezca, si desean pueden quitarse los zapatos y acostarse, lo importante es que estén lo más cómodo y relajado posible, mientras están acostados el profesional podrá una canción de relajación, y se les pedirá que cierren los ojos, y escuchen los sonidos de la naturaleza,

destacando aquellos que más le guste, luego para soltar el cuerpo se les pedirá que muevan la cabeza, seguidamente los hombros, manos, cadera, rodillas, piernas y finalmente los pies.

Fase de desarrollo: Una vez se encuentren todos con los ojos cerrados se les pedirá que escuchen las orientaciones que se les dará y se trasladen a ese momento que se les menciona.

-Todos vamos a trasladarnos en la mente, a la edad de 5 años, vamos a recordar aquel juguete que más nos gustaba a esa edad, que nos hacía feliz, y que nos entristecía, en ese momento va a ir su yo actual, y le va a dar un fuerte abrazo y le va a decir no estás solo, yo estoy aquí, tú puedes vencer este temor, cuál era la comida favorita, que rico huele, vamos a probar un delicioso bocado, que bien, ahora vamos a recordar a nuestros padres, que hacían en esa época.

-Ahora vamos a trasladarnos a la edad de 10 años, que estaban haciendo a esa edad, van a recordar su escuela, el campo, la casa, los familiares, que era lo que más les gustaba hacer a esa edad, que te asustaba recuerda que allí estará el yo actual, para ayudarte a vencer ese miedo.

-Ahora tienes 15 años, ya estás grande, eres más independiente, que grande y fuerte eres, vas a recordar que hacías a esa edad, cual era tu alegría, vas a recordar a tus amigos, el colegio, todo aquello que fue significativo en ese tiempo.

-Van a recordar cuando tenían 20 años, vas a recordar tu primer beso, como fue, tu primer novio, como es tu casa, que colores tenía, que te alegraba hacer en ese momento

-Muy bien ahora van a observarse actualmente, van a recordar el nacimiento de cada uno de sus hijos, si tienen, o la llegada de algún familiar, cercano, van a observar en este momento que los entristece, y que los hace feliz, alguna picardía que hicieron, o han hecho sus hijos, van a mirarse cada uno como es su personalidad, las habilidades que tienen, las fortalezas, luego que desean para el futuro y como lo van a conseguir.

-Finalmente, van a viajar al futuro, tienen 50 años, como son, con quien están, van a imaginar que les cuentan a los niños y las niñas de ese tiempo, las anécdotas que han pasado y lo importante que es continuar luchando por vivir cada día.

Fase final: Se le indicara a las personas, que van a empezar a mover de nuevo suave la cabeza, los hombros los brazos, la cadera, las rodillas, las piernas, los pies y luego abren los ojos, los moderadores, les indicaran a las personas que han realizado un paseo por el camino de la vida, y que a pesar de que en todos los tiempos han tenido algunas situaciones que les causaron miedo, siempre lograron superarlos, dejando un logro o un crecimiento personal.

Impacto de la estrategia: La estrategia permitirá a los presentes tener un punto de partida, al realizar la vista a su pasado, enfocándose en aquellos momentos de felicidad que les darán fortaleza para continuar, de igual manera al enfocarse en la importancia de su familia se les dará un motivo para continuar luchando por superar aquellas situaciones, así como lo menciona Diaz F (2012), las personas que han pasado por situaciones difíciles y han logrado superarlo, tendrán herramientas para crear conciencia y realizar la toma de decisiones adecuadas para su vida.

- **Estrategia 2:** “Color esperanza”

Objetivo: Propiciar en la comunidad de Cacarica, espacios a través de los cuales expresen sus sentimientos fortaleciendo su capacidad de enfrentar el hecho de violencia.

Fase inicio: Los profesionales invitaran a los presentes a ubicarse en forma de circulo, donde todos puedan verse unos a otros, seguidamente les indicara que les pasara una bomba de color amarillo que refleja el color “Esperanza”, cada uno escribirá en ella, todo aquello que desea realizar a partir de ese momento.

Fase de desarrollo: A través de la canción “Color esperanza” de Diego Torres, se realizara la dinámica del tingo-tingo tango, a medida que esta suena se rotara las bombas hacia la derecha, y al sonar el pito, rotara hacia la izquierda, cuando la canción se detengan, cada uno leerá las palabras escritas en la bomba, se realizara la dinámica varias veces hasta que hayan logrado leer varia metas, que reflejan la motivación para continuar viviendo a pesar de las situaciones difíciles, mientras rotan las bombas podrán bailar, contribuyendo en un espacio de alegría y aislamiento de aquella realidad que no es muy amena.

Fase final: Una vez hayan leído varias bombas, se invitarán a algunos de los presentes a pasar al frente, a tomar una bomba de color Rosado, en este caso representa el amor, en esta escribirá una palabra de aliento y se la regalara a alguno de los presentes, manifestando el mensaje, de esta manera empezaran a sembrar una semilla de positivismo a pesar de las adversidades.

Impacto de la estrategia: Tener en cuenta las emociones, y potenciarlas desde la psicología positivas permitirán a las personas que han pasado por situaciones difíciles empezar a mirar las cosas de forma optimista adquiriendo una serie de herramientas que les permitirá hacerles frente a los hechos traumáticos, así como lo menciona la psicóloga clínica Vera B. (2012), en su ponencia “Resiliencia, resistir y rehacerse”.

- **Estrategia 3:** Habilidades sociales y toma de decisiones.

Objetivo: Fortalecer en los miembros de la comunidad de Cacarica, las habilidades sociales y toma de decisiones, como herramienta para enfrentar las consecuencias de la violencia.

Fase inicio: La organizadora entregara a los presentes una estrella con un numero ya sea el 1 o el 2, seguidamente les pedirá que los 1, hacer un circulo grande y los 2 realizaran un circulo al interior del 1, a medida que suena la canción “La vida es un carnaval” de Celia Cruz, y cuando

esta música se detenga se pondrá de frente al compañero del otro grupo, y por un lapso de tiempo de 1 minuto le contara lo que quiera, o podrá realizar las preguntas que desee, se realizara la actividad varias veces para que las personas de Cacarica, puedan interactuar con varias historias.

Se realizará una charla con las personas, sobre las frases que se les quedaron de la canción que sonó mientras se hacia la actividad, y que impacto género en ellos.

Fase de desarrollo: los profesionales tendrán en cuenta el enfoque diferencial, dando la oportunidad de que cada uno se exprese de la manera que considere pertinente, para esto se formarán grupos pequeños de máximo 10 personas, se les entregara un octavo de cartulina, y entre todos construirán una historia partiendo de la palabra con la que inicie el relato, por ejemplo una persona escribe “había una vez” se la pasa a otro integrante y este escribe “una familia feliz” y así sucesivamente hasta completar la historia, es importante destacar que todo deben consignar las palabras para que sea una construcción social, y en este refleje el sentir de las personas, realizando una reconstrucción de la memoria.

Fase de finalización: Se les indicara a los grupos, que deben buscar una manera creativa de representar la historia ya sea a través de dramatizado, un dibujo, un mensaje, títeres, entre otras actividades.

Impacto de la estrategia: Durante el desarrollo de la estrategia se fortalecerá las habilidades sociales, ya que la constante comunicación les permitirá, empezar a identificarse con sus vecinos, que han pasado por la misma situación que ellos, a pesar que cada uno tiene su propio proceso de resilientes, el sentir que no son los únicos, ayuda al proceso de enfrentar las secuelas de lo vivido, por otro lado al realizar la narrativa de las historias de una u otra manera se sienten escuchados, y el empezar a expresar lo que sienten contribuye a mejorar las habilidades para la

solución del conflicto, y por ende en la toma de decisiones de manera asertiva, ya que de esta capacidad depende la facilidad de salir adelante y logren sobrellevar la situación sin atentar contra integridad física, mental y emocional.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

Mediante el uso de la fotografía de determinado lugar se logran plasmar o evidenciar sentimientos y emociones, esta estrategia participativa e investigativa foto voz genera oportunidades para la reflexión desde una esfera intersubjetiva y creativa que permite dar voz, a estas imágenes que plasman una realidad acompañada de una narrativa, que desde un análisis y reflexión aflora una sensibilización o conciencia de lo que nos puede llegar a representar dicha imagen, relatando particularidades que no son observadas a simple vista, donde un primer impacto puede representar una imagen ordinaria, pero la observación detallada permite

interpretar qué la rodea y qué hizo que generara al capturador tomar esa imagen y con qué intención.

Cabe destacar que cada territorio de nuestro país ha sido afectado por la violencia, lo que consecuentemente ha llevado a sus habitantes a crear sentimientos de desconfianza pues el sujeto es una construcción de su medio, Enrique Pichon-Riviere (1985) afirma: “El hombre es producido en una complejísima trama de vínculos y relaciones sociales; producido en tanto que determinado, pero a la vez productor, actor, protagonista”. (p.10)

Con base en lo que menciona el autor, se logra evidenciar como todos aquellos sucesos son guardados en la memoria colectiva, sirviendo como una base para superar aquellas dificultades o quedarse sumergidas en ellos, afectando seriamente los vínculos sociales entre los miembros de determinadas comunidades, caso que no se presenta en los sectores como el Huila y el Cesar, en los cuales se realizaron las observaciones de foto-voz, destacando que aunque fueron en algún momento testigos o vivieron la violencia en persona, se han propuesto realizar un proceso resiliente que permita sanar su memoria, y motiven a continuar viviendo con sus vidas forjando un destino más tranquilo y sano para vivir.

A partir de los contextos trabajados por cada participante se evidencian varias situaciones que reflejan problemáticas sociales que vive nuestro país, como lo es la drogadicción en jóvenes y adolescentes, la violencia por parte de grupos armados al margen de la ley, la pobreza, la desigualdad, el abandono por parte de los entes territoriales, sin embargo este ejercicio permite reconocer un contexto real con vivencias que motivan a realizar un trabajo social, desde las diferentes dinámicas que presenta cada contexto elegido.

Cuando observamos cada trabajo de foto voz nos damos cuenta de que no hay ningún rincón de nuestro país que no haya sido tocado por la violencia, generando en cada uno de sus habitantes desconfianza pues esto se refleja en cada entorno de nuestro diario vivir. Las fotografías son la voz de lo que cada participante quiso mostrar de su región Cesar y Huila, de los cuatro diferentes municipios como Ismos, Pitalito, Chiriguaná y Aguachica los barrios que más les motivo para hacer este proceso, donde mostraron a través de la narrativa una historia y vivencias difíciles de afrontar, pero que permiten llevar a cabo una intervención colectiva donde cada participante puede dar un granito de arena para el cambio y la transformación social que conlleve a distintos grupos a la apropiación e interpretación de estos sucesos, que logren visualizar realidades latentes donde haya una apropiación de acciones disciplinarias no solo de ámbito psicológico, sino también de ámbito político, legal o comunitario que puede propender a la mitigación o apoyo del impacto de estos actos allí vivenciados y que por medio de esta narrativa surgen de manera interpretativa, no obstante el apoyo de redes interinstitucionales o gubernamentales, entes en los cuales se puede acudir para un acompañamiento psicosocial con aras del restablecimiento de sus derechos los cuales pueden haber sido vulnerados según sea su caso puntual.

Relaciones sociales deterioradas por este complejo fenómeno de violencia, a su vez la apropiación e interpretación de estos sucesos permiten visualizar realidades latentes que condescienden una apropiación de acciones disciplinarias no solo de ámbito psicológico, sino también de ámbito político, legal o comunitario que puede propender a la mitigación o apoyo del impacto de estos actos ahí vivenciados y que por medio de esta narrativa surgen de manera interpretativa, la narrativa a través de imágenes refleja problemáticas sociales relevantes en la sociedad, esta actividad puede ser la herramienta que permite evidenciar desde las diferentes

perspectivas los problemas que suscitan los flagelos de la violencia, se puede socializar y llevar a cabo una estrategia que vincule los entes territoriales y se realice una intervención colectiva que permita una acción política social, transformadora.

Este estrategia foto voz permite comprender algunos procesos subjetivos y de memoria donde las comunidades o individuos demuestran habilidades resilientes, de empoderamiento o de lucha constante por surgir o propender para un desarrollo colectivo, no obstante el trabajo fotográfico y posterior interpretación expone variables subjetivas donde se hacen notorias necesidades básicas, como falta de oportunidades, empleo, vivienda digna que en muchas ocasiones se presentan consecuentemente al haber vivenciado actos violentos, una memoria que se logra visualizar a través del tiempo y que ha impactado no solo esferas a nivel económico sino a nivel familia, psicológico y de comunidades.

A pesar de encontrar narrativas con una síntesis muy marcada por la violencia, se logra evidenciar, no obstante procesos de afrontamiento como estrategias de memoria con miras a una reconstrucción, como un proceso de recordar o contar para avanzar, reconstrucción de sueños y un trabajo constante por la reconstrucción de sus familias, procesos de resiliencia frente a estos actos violentos con miras a un mejor futuro, teniendo en cuenta que Según Grotberg (1995, citado por Kotliarenko, Cáceres & Fontesilla, 1997) manifiestan que la resiliencia permite a los seres humanos enfrentar las dificultades que se presentan en la vida, superándolas y/o dejándose transformar de manera positiva por las mismas. (p.61) que a su vez refleja un mecanismo del poder individualizante rechazado de maneras impensadas en el acto del contar, refiriéndose a un acto de exteriorización de un hecho sucedido y que permite recuperarse de una violencia padecida, que si bien constituye el inicio de un arduo trabajo subjetivo que se continua con otros actos, un mecanismo que requiere de coraje y puede exponer una particular combinación entre

culpabilización y victimación, July Chaneton (2013) afirma: “Es así que, en la riesgosa tarea de contar, se inaugura, cada vez, la posibilidad de resignificar la violencia padecida”.(p.60)

Como reflexión psicosocial y política se aprecia este proceso desde nuestras experiencias en el contexto donde comunidades han dado giros importantes a su vida con ayudas de estas políticas frente a situaciones violentas y que han encontrado en estos mecanismos interinstitucionales un apoyo disciplinar, es decir psicólogos, abogados y demás profesionales que brindar herramientas como forma de reconstrucción frente a estos actos violentos.

A su vez en la memoria, violencia y construcción de subjetividades, se destaca que la narración ocupa un lugar central, puesto que el relato opera como detonante de la subjetivación (Ricoeur, citado por Lara, 2010). Desde esta óptica, para Arfuch (2002), por el lenguaje el hombre se constituye como sujeto, y su subjetividad entra en juego por medio de la capacidad de expresión para plantearse como tal, como sujeto que emerge por medio del lenguaje, medios que han permitido a cada uno de estos individuos o comunidades dar una óptica diferente a sus vidas.

Link Blog

Foto voz: <https://sijohana.wixsite.com/paso-3--foto-voz>

Conclusiones

Se reconoce la importancia de la estrategia foto voz como una herramienta fundamental que posibilita la participación y sensibilización de una temática en particular en este caso sobre actos violentos en diferentes contextos del país y que desde una esfera subjetiva cada integrante pudo presentar un proceso de interiorización a través del análisis y narrativa de estas situaciones que afectan a individuos y comunidades, yendo más allá de lo que la misma imagen nos pueda

presentar, reconociendo que esta herramienta posibilita bases fundamentales de un proceso investigativo y posterior interventivo con un impacto positivo.

La realización de la foto voz, nos permite dar voz y empoderar a las personas mediante la documentación o registro fotográfico de su realidad, las imágenes van acompañadas de narrativas que explican la intención de esa fotografía, lo que facilita un proceso reflexivo para que las personas se conviertan en agentes de cambios sociales. Rudolf Moos (2005), menciona que al igual que los individuos, los contextos sociales son sistemas dinámicos que han tenido una historia de desarrollo.

En base a esto podemos decir que con cada foto voz realizada en los Municipios de Isnos, Pitalito (Huila), Chiriguaná y Aguachica (Cesar); podemos expresar cada hecho o suceso que ha vivido una comunidad y lo que hace parte de su historia. La realidad social que contiene en su interior, las representaciones sociales más estrictas y significativas de un grupo social, las problemáticas, las fortalezas y debilidades, son el reflejo del ser y del sentir de la comunidad que son los instrumentos de acercamiento, análisis e intervención psicosocial.

La foto voz permite la inmersión en el entramado social, permite el reconocimiento de subjetividades y son la visión profunda de la cotidianidad. Es así, como la foto voz exalta la misma realidad social, demuestra la presión y violencia que puede estar ejerciéndose sobre determinado grupo o territorio, que proviene de diversos elementos ya sea políticos, económicos, sociales u otros y transforma y afecta un grupo social.

Se reconoce la importancia de la estrategia foto voz como una herramienta fundamental que posibilita la participación y sensibilización de una temática en particular en este caso sobre actos violentos en diferentes contextos del país y que desde una esfera subjetiva cada integrante pudo

presentar un proceso de interiorización a través del análisis y narrativa de estas situaciones que afectan a individuos y comunidades, yendo más allá de lo que la misma imagen nos pueda presentar, reconociendo que esta herramienta posibilita bases fundamentales de un proceso investigativo y posterior intervención con un impacto positivo.

Referencias Bibliográficas

Aguilar m (2016), La importancia de las redes de apoyo, tomada de

<https://mariajoseaguilaridanez.wordpress.com/2016/10/11/la-importancia-de-las-redes-de-apoyo/>

Contreras R (2016) Normalización de la violencia, tomado de

<https://www.excelsior.com.mx/opinion/raul-contreras-bustamante/2016/08/06/1109294>

Sánchez R (2014), Trauma y victimización, tomado de

https://www.youtube.com/watch?time_continue=366&v=7Nkp4DXSyS8

Jimeno, M. (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. Revista de arqueología y

antropología Antípoda. Universidad de los Andes. Número 5 pp. 169 - 190. Recuperado

de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81400509>

Grotberg, E. H. (2002). Nuevas Tendencias en Resiliencia en A.Melilli & S. Ojeda (comp.)

Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas, tramas sociales. Buenos Aires: Paidós

Arfuch, L. (Comp.) (2002). Problemáticas de la identidad. En, Identidades, sujetos y

subjetividades (pp. 21-44). Buenos Aires: Prometeo Libros.

Ricoeur, P. (2010). Tiempo y narración. México: Siglo XXI Editores.

PICHON-RIVIERE, E. (1985): El proceso grupal. Del Psicoanálisis a la Psicología Social,

Buenos Aires, Nueva Visión.

July Chaneton, F. G. (2013). Más allá de las regulaciones. Historia cotidiana de las

subjetividades. Nomadías, 53-54

Congreso de Colombia. (2012). Ley de víctimas y restitución de tierras y sus decretos reglamentarios. Bogotá: Imprenta nacional de Colombia.

Fabris, F. A. (2011). LA SUBJETIVIDAD COLECTIVA COMO DIMENSIÓN PSICOSOCIAL DEL. Cienciared, 23.

Echeburúa E & Corral P (2007) intervención en crisis en víctimas de sucesos

Traumáticos: ¿Cuándo, ¿Cómo Y Para Qué?, Psicología conductual. Consultado de <http://www.ehu.eus/echeburua/pdfs/Intervenci%C3%B3n%20en%20crisis.pdf> Pag 2

Vera B. (2012), Resiliencia, resistir y rehacerse, Europa tomado de <https://www.europapress.es/andalucia/noticia-especialista-psicologia-asegura-buen-tratamiento-superar-traumas-reside-buscar-emociones-positivas-20120822201721.html>

Banco mundial. (2009), Voces; Relatos de violencia y esperanza en Colombia, recuperado de http://documentos.bancomundial.org/curated/es/228981468243580381/pdf/504610WP0S_pani10Box341995B01PUBLIC1.pdf